

日 / 曜	時間帯	献立	卵	乳	ごま	魚卵
1 金	昼食	① 麦入りごはん ② トマトスープ ③ 鶏肉のオニオンソース ④ スッキーニ炒め ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② セサミスコーン		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳	②白ごま→除去	
2 土	昼食	① ごはん ② チンゲン菜スープ ③ チンジャオロース ④ 二色甘酢和え			③ごま油→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ		①牛乳→豆乳		
4 月	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ 大根サラダ ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油		
5 火	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ バナナ			④ごま油→除去	
	午後おやつ	① 麦茶 ② 豚とおくらのトトロうどん				
6 水	昼食	① ジャージャー麺 ② かぶのスープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ スイカ			①ごま油→除去、白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃこピラフ		①牛乳→豆乳		
7 木	昼食	① ごはん ② 水菜の味噌汁 ③ 納豆炒め ④ キャベツのさっぱり和え ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこ揚げパン		①牛乳→豆乳		
8 金	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉となすの味噌炒め ④ かぼちゃときこの煮物 ⑤ バナナ			③ごま油→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンズパゲティー		①牛乳→豆乳		
9 土	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し				
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド		①牛乳→豆乳		
12 火	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ あじの蒲焼き ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パイナップル			③白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 青のりポテトフライ		①牛乳→豆乳		
13 水	昼食	① チキンカレー ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ			③棒チーズ→ウインナー	
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルトババロアのブルーベリーソース ③ 備蓄クラッカー(0.1.2歳児クラッカー)		①牛乳→豆乳 ②生クリーム→除去、ヨーグルト→豆乳		
14 木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 切干大根の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のキャロットケーキ		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→豆乳		
15 金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ きんぴらごぼう ⑤ パイナップル			④ごま油→油、白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり		①牛乳→豆乳		
16 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② シュガートースト		①牛乳→豆乳		

日 曜	時間帯	献立	卵	乳	ごま	魚卵
18 月	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ 大根サラダ ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油		
19 火	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ パナナ			④ごま油→除去	
	午後おやつ	① 麦茶 ② 豚とおくらのトトロうどん				
20 水	昼食	① ジャージャー麺 ② かぶのスープ ③ さつまいものレモン煮 ④ スイカ			①ごま油→除去、白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃこピラフ		①牛乳→豆乳		
21 木	昼食	① ごはん ② 水菜の味噌汁 ③ 納豆炒め ④ キャベツのさっぱり和え ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこ揚げパン		①牛乳→豆乳		
22 金	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉となすの味噌炒め ④ かぼちゃときこの煮物 ⑤ パナナ			③ごま油→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンスパゲティー		①牛乳→豆乳		
23 土	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し				
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド		①牛乳→豆乳		
25 月	昼食	① とうもろこしごはん ② 大根と小松菜のスープ ③ 照焼ハンバーグ ④ 粉ふき芋 ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジトースト		①牛乳→豆乳		
26 火	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ あじの蒲焼き ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パイナップル			③白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 青のりポテトフライ		①牛乳→豆乳		
27 水	昼食	① チキンカレー ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ			③棒チーズ→ウインナー	
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルトパバロアのブルーベリーソース ③ 備蓄クラッカー(0.1.2歳児クラッカー)		①牛乳→豆乳 ②生クリーム→除去、ヨーグルト→豆乳		
28 木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 切干大根の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ 大豆とさつまいものサラダ ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のキャロットケーキ		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→豆乳		
29 金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ きんぴらごぼう ⑤ パイナップル			④ごま油→油、白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり		①牛乳→豆乳		
30 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② シュガートースト		①牛乳→豆乳		

※0.1.2歳児クラスは午前のおやつとして牛乳がつきます。
 ※園の行事、その他の都合で献立を変更する場合があります。
 ※0.1歳児の果物は咀嚼機能に配慮し、変更する場合があります。
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズです。

